

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-03		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, pasztet INDYKPOL drobiowy 60g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ser topiony 50g (MLE, GLU psz), Pomidory 30g,	Zupa ogórkowa z ziemniakami (włoszcz, ogórki kon, śmietana) 400ml (MLE, GLU psz, SEL, GOR), Makaron z sosem pieczarkowym 300g (MLE, GLU psz, JAJ), Surówka colesław z kapusty białej z olejem 100g (JAJ, GOR), Kompot wielowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Jajo gotowane 1szt (JAJ), Ogonówka 20g (MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR), Pickle 30g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2661.41 kcal; Energia: 10539.89 kJ; Białko ogółem: 76.20 g; białko zwierzęce: 35.47 g; białko roślinne: 36.72 g; Tłuszcz: 136.71 g; Węglowodany ogółem: 298.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.57 g; Sód: 2223.14 mg; Potas: 2530.74 mg; Wapń: 483.67 mg; Fosfor: 1441.92 mg; Błonnik pokarmowy: 31.00 g; suma cukrów prostych: 31.97 g; Woda: 650.25 g; Popiół: 13.02 g;		
poniedziałek 2025-02-03		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Twarożek z ziołami 80g (MLE), Jabłka 150g,	Zupa z cukinią i ziemniakami (włoszcz, cukinia, śmietana, mleko) 400ml (MLE, GLU psz, SEL), Makaron z serem 300g (MLE, GLU psz, JAJ), Surówka z marchewki drobno tartej z jabłkiem na wino 100g, Kompot wielowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Sałatka z ryżem, wedliną, pomidorem i koperkiem 150g (MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ), Sałata 30g,
Wartości odżywcze: Energia: 2030.50 kcal; Energia: 7913.77 kJ; Białko ogółem: 70.47 g; białko zwierzęce: 41.65 g; białko roślinne: 32.54 g; Tłuszcz: 55.28 g; Węglowodany ogółem: 329.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.77 g; Sód: 1923.85 mg; Potas: 2491.60 mg; Wapń: 351.65 mg; Fosfor: 1137.69 mg; Błonnik pokarmowy: 33.20 g; suma cukrów prostych: 47.86 g; Woda: 711.26 g; Popiół: 11.51 g;		
poniedziałek 2025-02-03		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, pasztet INDYKPOL drobiowy 60g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ser topiony 20g (MLE, GLU psz), Pomidory 30g,	Zupa ogórkowa z ziemniakami (włoszcz, ogórki kon, śmietana) 400ml (MLE, GLU psz, SEL, GOR), Makaron z sosem pieczarkowym 300g (MLE, GLU psz, JAJ), Surówka colesław z kapusty białej z olejem 100g (JAJ, GOR), Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 80g, Kompot wielowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml,	chleb graham. 100g (GLU psz, GLU żyt), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Jajo gotowane 1szt (JAJ), Ogonówka 20g (MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR), Pickle 30g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2727.81 kcal; Energia: 10812.87 kJ; Białko ogółem: 78.58 g; białko zwierzęce: 31.62 g; białko roślinne: 42.95 g; Tłuszcz: 140.80 g; Węglowodany ogółem: 301.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.68 g; Sód: 1934.14 mg; Potas: 2615.37 mg; Wapń: 406.39 mg; Fosfor: 1250.44 mg; Błonnik pokarmowy: 29.13 g; suma cukrów prostych: 32.04 g; Woda: 713.66 g; Popiół: 12.59 g;		

Dietetyk